

PERSEPSI MAHASISWA FISIP UNSOED TERHADAP PENGARUH VIDEO PENDEK DALAM EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN DI KELAS

Rizki Maulana Riwayanto^{1*}, Ghesfira Lintang Az Zahra²

¹Jurusan Administrasi Publik, Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia

²Jurusan Ilmu Komunikasi, Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia

*rizki.riwayanto@mhs.unsoed.ac.id

Abstrak

Konsumsi media sosial, khususnya video pendek, telah menjadi bagian integral dalam kehidupan mahasiswa. Platform seperti TikTok, Instagram Reels, dan YouTube Shorts menawarkan konten yang menarik dan mudah diakses oleh generasi muda. Namun, kecenderungan mengonsumsi video pendek secara berlebihan dapat memengaruhi rentang perhatian dan konsentrasi mahasiswa dalam kegiatan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak konsumsi video pendek terhadap perhatian mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Jenderal Soedirman, serta implikasinya terhadap advokasi kebijakan publik dalam sektor pendidikan. Melalui pendekatan kualitatif fenomenologi, penelitian ini mengumpulkan data dari wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi untuk menggali pengalaman mahasiswa yang sering mengakses video pendek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan mengonsumsi video pendek berlebihan mengarah pada penurunan fokus dan konsentrasi, yang berdampak negatif terhadap kualitas pembelajaran dan hasil akademik. Temuan ini menyoroti pentingnya kebijakan yang mengatur penggunaan media sosial di lingkungan pendidikan tinggi. Rekomendasi kebijakan yang diusulkan mencakup pengintegrasian literasi digital dalam kurikulum pendidikan tinggi, serta pengembangan pedoman untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung fokus jangka panjang mahasiswa. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi dalam merumuskan kebijakan publik yang memitigasi dampak negatif transformasi digital terhadap kualitas pendidikan.

Kata kunci: video pendek, rentang perhatian, literasi digital, kebijakan publik, pendidikan tinggi.

Abstract

The consumption of social media, particularly short videos, has become an integral part of student life. Platforms such as TikTok, Instagram Reels, and YouTube Shorts offer engaging and easily accessible content for the younger generation. However, the tendency to consume short videos excessively can impact students' attention span and concentration in academic activities. This study aims to examine the effects of short video consumption on students' attention at the Faculty of Social and Political Sciences, Universitas Jenderal Soedirman, and its implications for public policy advocacy in the education sector. Using a qualitative phenomenological approach, this research gathers data from in-depth interviews, observations, and documentation to explore the experiences of students who frequently access short videos. The findings indicate that excessive consumption of short videos leads to reduced focus and concentration, negatively affecting learning quality and academic outcomes. This highlights the need for policies regulating social media usage within higher education institutions. The proposed policy recommendations include integrating digital literacy into higher education curricula and developing guidelines to create a learning environment that supports students' long-term focus. This study aims to contribute to the formulation of public policies that mitigate the negative effects of digital transformation on educational quality.

Keywords: short videos, attention span, digital literacy, public policy, higher education.

PENDAHULUAN

Pada tahun 2023, jumlah pemuda Indonesia yang berusia antara 16-30 tahun, yang didefinisikan dalam Undang-Undang Nomor 40 Tahun 2009, mencapai 64,16 juta orang atau

sekitar 23,18% dari total jumlah penduduk Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2024). Kelompok usia ini, yang sering disebut sebagai generasi Z dan milenial, adalah bagian integral dari struktur demografi Indonesia dan memiliki potensi besar dalam menentukan arah pembangunan nasional, baik di sektor ekonomi, sosial, maupun budaya. Seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi dan akses internet yang semakin merata di berbagai wilayah, terutama dengan hadirnya teknologi 4G dan 5G, pemuda Indonesia tidak hanya menjadi konsumen utama dari perkembangan teknologi, tetapi juga berfungsi sebagai aktor dalam transformasi digital yang melanda hampir setiap aspek kehidupan. Salah satu fenomena yang sangat menonjol dan mempengaruhi pola konsumsi informasi di kalangan generasi muda adalah perkembangan media sosial berbasis konten video pendek, yang saat ini mendominasi platform-platform digital, termasuk TikTok, Instagram *Reels*, dan YouTube *Shorts*. Platform-platform ini semakin menggeser preferensi konsumsi media dari bentuk konten teks dan gambar menjadi bentuk video yang mudah diakses, menarik, dan cepat dicerna (Carolin *et al.*, 2023; Kusnanto *et al.*, 2024; Wahyudi *et al.*, 2024).

Konten video pendek yang disajikan dalam format vertikal dan mudah diakses ini memberikan kemudahan bagi pengguna untuk berinteraksi dengan informasi yang beragam, mulai dari hiburan, edukasi, hingga informasi terkini yang cepat berkembang. TikTok, sebagai platform utama dalam fenomena ini, telah menjadi aplikasi paling banyak diunduh di Indonesia pada tahun 2023, dengan angka unduhan mencapai 67,4 juta kali, mengalahkan aplikasi-aplikasi lain dalam kategori media sosial. Keberadaan TikTok dan platform serupa telah mengubah cara generasi muda berinteraksi dengan dunia, memungkinkan untuk mengakses berbagai informasi dalam waktu yang sangat singkat dan terus-menerus. Konten-konten yang disajikan di platform ini cenderung berbentuk video berdurasi pendek, yang dirancang untuk menarik perhatian seketika dengan visual yang kuat, musik yang *catchy*, dan narasi yang cepat. Melalui karakteristik ini, konten video pendek sering kali memudahkan *audiens* untuk terlibat secara emosional dan kognitif dalam waktu yang terbatas, namun pada saat yang sama, jenis konsumsi informasi ini juga menimbulkan potensi gangguan terhadap perkembangan kapasitas kognitif individu, terutama dalam hal rentang perhatian (*attention span*) (Carolin *et al.*, 2023; Septiana, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Microsoft dan dipublikasikan dalam jurnal *Computers in Human Behavior* menemukan bahwa penggunaan TikTok selama hanya 20 menit dapat menyebabkan penurunan yang signifikan dalam kemampuan individu untuk mempertahankan perhatian jangka panjang dan memori kerja. Hal ini berimplikasi pada kemampuan seseorang untuk tetap fokus dalam melakukan tugas-tugas yang membutuhkan konsentrasi tinggi dan penyelesaian yang memerlukan waktu lama, seperti yang sering ditemukan dalam aktivitas akademik mahasiswa. Dampak dari penurunan rentang perhatian ini, jika dibiarkan terus-menerus, dapat mengganggu proses belajar mahasiswa, yang pada gilirannya mempengaruhi kualitas hasil belajar dan pemahaman terhadap materi kuliah. Mengingat pentingnya kualitas akademik sebagai landasan pembangunan sumber daya manusia yang kompeten, fenomena ini menjadi isu yang sangat relevan untuk diteliti lebih lanjut, khususnya dalam konteks mahasiswa di perguruan tinggi yang berada pada masa-masa krusial untuk pengembangan intelektual dan kognitif (Carolin *et al.*, 2023; Sijercic, 2023; Wahyudi *et al.*, 2024).

Mahasiswa sebagai individu yang sedang berada dalam tahap perkembangan kognitif yang tinggi, sangat rentan terhadap gangguan eksternal, terutama yang berkaitan dengan ketergantungan pada media sosial. Ketika proses pembelajaran di perguruan tinggi membutuhkan perhatian yang mendalam dan konsentrasi yang tinggi, penggunaan media sosial yang berlebihan, terutama konten video pendek, dapat mengurangi kemampuan untuk fokus dalam jangka panjang, yang pada akhirnya mempengaruhi kinerja akademik mahasiswa. Selain itu, konsumsi media sosial yang berlebihan juga dapat menyebabkan mahasiswa lebih mudah tergoda untuk melakukan multitasking, yang pada kenyataannya dapat mengurangi efektivitas pembelajaran dan kualitas pemahaman materi. Lebih jauh lagi, fenomena ini juga dapat memperburuk masalah lain yang terkait dengan stres akademik dan tekanan untuk memenuhi berbagai tuntutan pendidikan yang semakin kompleks (Anisah *et al.*, 2021; Fernando & Hidayat, 2020).

Meskipun berbagai penelitian telah membahas dampak media sosial terhadap perilaku generasi muda, masih terdapat keterbatasan dalam memahami secara mendalam hubungan

antara konsumsi konten video pendek dengan rentang perhatian mahasiswa, terutama dalam konteks pendidikan tinggi. Studi sebelumnya cenderung berfokus pada aspek psikologis umum atau perilaku adiktif tanpa memberikan perhatian khusus pada dampaknya terhadap proses pembelajaran di lingkungan formal. Selain itu, penelitian tentang bagaimana konsumsi video pendek memengaruhi kinerja akademik, terutama dalam hal kemampuan konsentrasi mahasiswa dalam perguruan tinggi negeri di Indonesia, relatif jarang dilakukan. Dalam konteks advokasi kebijakan, belum ada kajian yang secara komprehensif mengaitkan temuan ini dengan rekomendasi strategis untuk meningkatkan efektivitas kebijakan pengelolaan pembelajaran di tingkat perguruan tinggi.

Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi lebih dalam dampak dari fenomena ini terhadap mahasiswa, khususnya dalam konteks Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Jenderal Soedirman, yang merupakan bagian dari generasi muda yang aktif menggunakan media sosial dan sering terpapar oleh konten video pendek dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bagaimana persepsi mahasiswa terhadap konten video pendek, terutama di platform seperti TikTok, Instagram *Reels*, dan YouTube *Shorts* dapat mempengaruhi rentang perhatian dan mempengaruhi kinerja akademik mahasiswa. Penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis sejauh mana konsumsi konten media sosial berdampak pada kemampuan kognitif mahasiswa dalam mengikuti proses pembelajaran, baik dalam bentuk tugas-tugas yang membutuhkan konsentrasi tinggi, pembacaan materi yang memerlukan perhatian jangka panjang, maupun partisipasi dalam diskusi kelas yang intensif. Dengan semakin berkembangnya konsumsi media sosial dalam kehidupan mahasiswa, menjadi semakin penting untuk memahami dampaknya secara lebih menyeluruh dan mencari solusi yang dapat membantu mahasiswa mengelola waktu dengan lebih baik serta meminimalkan dampak negatif dari penggunaan media sosial terhadap kemampuan kognitif.

TINJAUAN PUSTAKA

Pengembangan Sumber Daya Manusia (PSDM)

Pengembangan Sumber Daya Manusia (PSDM) adalah proses strategis yang bertujuan meningkatkan kemampuan, keterampilan, dan kompetensi individu dalam suatu organisasi atau komunitas, dengan tujuan akhir meningkatkan produktivitas dan kualitas layanan. PSDM mencakup berbagai aspek, mulai dari pelatihan dan pendidikan hingga program pengembangan karier dan pembinaan budaya kerja. Salah satunya di lingkungan akademis kepada mahasiswa (Marayasa *et al.*, 2022).

Pengembangan Sumber Daya Manusia (PSDM) di lingkungan akademis, khususnya di kalangan mahasiswa, menjadi semakin penting dalam menjawab tantangan era digital yang terus berkembang. Dalam konteks pendidikan tinggi, PSDM bertujuan tidak hanya untuk meningkatkan kompetensi teknis mahasiswa, tetapi juga untuk membentuk karakter, keterampilan kognitif, serta kemampuan adaptasi terhadap perubahan. Mahasiswa, sebagai generasi yang aktif menggunakan teknologi digital, memiliki kebutuhan SDM yang berbeda dibandingkan dengan generasi sebelumnya. Penggunaan teknologi dan media digital dalam kehidupan sehari-hari memunculkan tantangan baru bagi pengembangan sumber daya manusia, termasuk dalam hal pengelolaan fokus, perhatian, dan daya tahan belajar (Leuwol *et al.*, 2020; Marayasa *et al.*, 2022).

Proses pengembangan sumber daya manusia di lingkungan akademis dapat mencakup pengembangan keterampilan belajar yang komprehensif, di mana mahasiswa tidak hanya dituntut menguasai ilmu pengetahuan dalam bidang studinya, tetapi juga diharapkan mampu mengelola informasi dan mengembangkan kapasitas perhatian jangka panjang. Pendidikan formal di kampus menjadi salah satu wahana utama dalam proses ini, yang didukung oleh pembinaan melalui kegiatan ekstrakurikuler, pelatihan, hingga pendampingan akademik. Dalam konteks ini, PSDM tidak hanya mencakup penguatan aspek intelektual, tetapi juga peningkatan soft skills yang berkaitan dengan keterampilan manajemen waktu, ketahanan terhadap distraksi, dan kemampuan fokus yang berkelanjutan (Arifin, 2023; Leuwol *et al.*, 2020; Marayasa *et al.*, 2022).

Pendekatan Pengembangan Sumber Daya Mahasiswa (PSDM) perlu memperhatikan adaptasi terhadap perkembangan teknologi dan media digital, terutama dalam lingkungan mahasiswa yang semakin dinamis. Pendekatan ini bertujuan untuk membekali mahasiswa dengan keterampilan yang relevan dan adaptif, sejalan dengan nilai-nilai Tridarma Perguruan Tinggi. Dalam ranah pendidikan, PSDM mendukung pelaksanaan tri dharma pendidikan dengan membangun *self-regulation* pada mahasiswa, yang membantu mengatur perhatian dan konsentrasi di dalam maupun di luar kelas. Hal ini berfungsi sebagai landasan bagi mahasiswa untuk belajar secara mandiri, disiplin, dan efektif. Hasil penelitian Khairiah (2019) menunjukkan bahwa peran tri dharma dalam pengembangan sumber daya manusia berjalan cukup baik, dengan dukungan yang memadai dari segi sumber daya, anggaran, fasilitas, dan kurikulum (Khairiah, 2019; Leuwol *et al.*, 2020; Siregar *et al.*, 2022).

Pengembangan sumber daya manusia melibatkan pengembangan keterampilan berpikir kritis yang memungkinkan mahasiswa untuk memilah dan memilih informasi secara bijaksana, serta mempertahankan konsentrasi dalam situasi pembelajaran yang memerlukan perhatian jangka panjang. Pendekatan ini mengajarkan mahasiswa untuk beradaptasi dalam lingkungan belajar yang dinamis dan mampu menghadapi berbagai tantangan baru, termasuk tekanan dari penggunaan teknologi digital yang masif. Dalam jangka panjang, PSDM yang efektif akan menciptakan individu yang bukan hanya cakap secara akademis, tetapi juga memiliki daya tahan mental dan fokus yang kuat, serta mampu menjadi sumber daya manusia yang kompeten dan siap menghadapi tantangan profesional di masa depan (Arifin, 2023; Harahap & Syamsuri, 2021; Marayasa *et al.*, 2022).

Oleh karena itu, pengembangan sumber daya manusia di lingkungan pendidikan tinggi memiliki peran sentral dalam membangun karakter dan keterampilan yang komprehensif pada mahasiswa. Hal ini tidak hanya bertujuan meningkatkan kompetensi akademik, tetapi juga untuk menyiapkan mahasiswa menghadapi tantangan era digital secara produktif.

Evidence-Based Policy

Evidence-Based Policy (EBP) adalah pendekatan pengambilan keputusan yang menekankan pentingnya kualitas bukti dan penerapan bukti terbaik dalam penyusunan kebijakan. EBP bertujuan untuk meningkatkan efektivitas dalam pengelolaan risiko dan pencapaian hasil yang diinginkan dengan menggunakan prosedur operasional yang terstruktur dan berbasis pada data yang objektif. Setiap profesi yang terlibat dalam EBP mengadopsi metodologi ilmiah dan data yang terpercaya sebagai dasar untuk pengambilan keputusan, yang berkontribusi pada pemahaman yang lebih mendalam tentang dunia sosial dan ekonomi, serta menjadi landasan bagi kemajuan dan inovasi (Cairney & Oliver, 2017). Pendekatan ini mendorong kebijakan yang lebih rasional, sistematis, dan berbasis bukti, yang memungkinkan pengambilan keputusan yang lebih akurat dan transparan. EBP berfokus pada prinsip bahwa keputusan kebijakan harus didasarkan pada analisis rasional yang mendalam dan pengumpulan data yang relevan dari berbagai sumber terpercaya. Dalam konteks ini, kebijakan publik yang diterapkan berdasarkan bukti dapat lebih efektif dalam mencapainya sasaran yang diinginkan dan menghasilkan dampak positif yang lebih besar (Oliver *et al.*, 2014).

Di tingkat pemerintahan, EBP berfungsi untuk meningkatkan produktivitas, efektivitas, dan akuntabilitas dalam perumusan kebijakan publik. (Cairney & Oliver, 2017) mengemukakan bahwa EBP dapat membantu meningkatkan akuntabilitas pemerintah, mendorong penerapan program-program kreatif, serta mengurangi pemborosan anggaran. Penerapan EBP di negara berkembang dapat menghasilkan perubahan signifikan, terutama dalam pengadaan barang dan jasa publik, yang pada gilirannya akan berkontribusi pada peningkatan produktivitas dan kesejahteraan masyarakat.

Setelah kebijakan diimplementasikan, aspek optimalisasi perlu diperhatikan guna memastikan keberhasilan jangka panjangnya. Banyak kebijakan publik yang gagal berkembang sesuai harapan karena kurangnya evaluasi dan penyesuaian yang tepat, sehingga optimalisasi sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kemungkinan keberhasilan implementasi. Optimalisasi, dalam konteks EBP, mengacu pada penggunaan analisis matematis dan model pengambilan

keputusan untuk memaksimalkan pencapaian tujuan kebijakan dengan memperhitungkan kendala yang ada. Proses ini tidak hanya memaksimalkan hasil, tetapi juga meminimalkan risiko atau pemborosan sumber daya yang mungkin terjadi dalam implementasi kebijakan (Cairney & Oliver, 2017; Oliver *et al.*, 2014).

Sebagian besar kebijakan sering kali dibangun berdasarkan asumsi yang tidak selalu mencerminkan realitas atau tujuan yang sebenarnya, sehingga hasilnya bisa jauh dari yang diinginkan. Untuk mengatasi hal ini, Lembaga Administrasi Negara (LAN) di Indonesia mulai mengimplementasikan EBP dengan pengembangan Indeks Kualitas Kebijakan (IKK). IKK bertujuan untuk mengevaluasi dan meningkatkan kualitas keputusan legislatif, serta membantu para pembuat kebijakan dalam merumuskan kebijakan yang lebih terarah dan sesuai dengan sasaran yang telah ditetapkan. Keberhasilan optimalisasi EBP sangat bergantung pada ketersediaan dan penggunaan data yang tepat, serta kemampuan sumber daya manusia yang terlatih. Dengan pengelolaan data yang baik, proses pengambilan keputusan akan lebih efisien, dan kebijakan yang dihasilkan akan lebih tepat sasaran. Di samping itu, untuk meningkatkan keberhasilan kebijakan, diperlukan sinergi antara elemen politik, pemahaman intelektual, dan implementasi praktis yang mengarah pada solusi yang efektif dan berkelanjutan. Penerapan EBP juga harus disertai dengan kapasitas untuk menilai hasil kebijakan secara objektif, serta kesediaan untuk menyesuaikan kebijakan sesuai dengan perkembangan dan tantangan yang ada, guna memastikan pencapaian tujuan kebijakan yang optimal (Cairney & Oliver, 2017).

Short Attention Span

Rentang perhatian (*attention span*) adalah ukuran waktu di mana seseorang dapat mempertahankan konsentrasi pada suatu tugas atau kegiatan tanpa terpengaruh oleh gangguan eksternal maupun internal. Konsep ini memainkan peran penting dalam berbagai aspek kehidupan, terutama dalam proses belajar, bekerja, dan berinteraksi sosial. Pada dasarnya, kemampuan seseorang untuk fokus merupakan fondasi dalam pemrosesan informasi yang efektif. Tanpa adanya konsentrasi yang memadai, informasi yang diterima akan sulit untuk dipahami dan diingat, yang pada gilirannya menghambat pencapaian tujuan yang diinginkan. Rentang perhatian yang cukup baik diperlukan untuk melaksanakan tugas yang membutuhkan waktu yang lebih lama dan pengolahan informasi yang lebih kompleks, seperti membaca buku atau menyelesaikan tugas akademis. Namun, seringkali banyak individu, terutama remaja, yang menghadapi kesulitan dalam mempertahankan fokus pada aktivitas tersebut untuk jangka waktu yang lama (Wahyudi *et al.*, 2024).

Fenomena penurunan rentang perhatian ini atau yang lebih dikenal dengan istilah *short attention span*, semakin umum ditemui di kalangan masyarakat modern, terutama di kalangan remaja yang tumbuh besar dalam era digital. *Short attention span* merujuk pada kondisi di mana individu merasa kesulitan untuk mempertahankan konsentrasi dalam jangka waktu yang lama, seringkali disertai dengan kecenderungan mudah teralihkan oleh gangguan yang ada di sekitar. Ketidakmampuan untuk fokus dalam waktu yang lama dapat berdampak negatif pada proses pembelajaran, kinerja pekerjaan, dan interaksi sosial. Sebagai contoh, remaja yang terbiasa dengan konten video pendek atau media sosial mungkin merasa tidak sabar atau cepat bosan saat membaca buku atau mengikuti materi pembelajaran yang membutuhkan perhatian lebih. Pengguna cenderung mempercepat pemutaran video panjang atau sering berpindah dari satu konten ke konten lainnya tanpa memberikan perhatian penuh pada satu topik atau subjek tertentu (Bradbury, 2016; Fillmore, 2015).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Microsoft pada awal abad ke-21, rata-rata rentang perhatian manusia diperkirakan sekitar 12 detik. Namun, hasil studi terbaru menunjukkan bahwa rentang perhatian manusia telah mengalami penurunan signifikan, dengan angka yang kini hanya mencapai 8,25 detik. Penurunan ini menunjukkan bahwa kemampuan untuk berkonsentrasi dalam jangka waktu yang panjang semakin berkurang, seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi dan media sosial yang menawarkan berbagai bentuk hiburan dan informasi yang cepat dan singkat. Penurunan rentang perhatian ini dapat berhubungan dengan berbagai faktor, baik yang bersifat biologis maupun psikologis. Menurut riset yang diterbitkan dalam jurnal *Psychology*

tahun 2023, beberapa penyebab utama *short attention span* antara lain adalah gangguan seperti *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), depresi, dan autisme, serta faktor lingkungan seperti kurang tidur dan penggunaan gadget yang berlebihan. Penggunaan perangkat elektronik, terutama gadget dan media sosial, dapat mempengaruhi struktur otak dan cara individu memproses informasi. Hal ini memperburuk kecenderungan mudah teralihkan dari satu tugas ke tugas lainnya, yang pada akhirnya menyebabkan kesulitan dalam mempertahankan perhatian pada suatu hal dalam waktu yang lama (Fillmore, 2015; Sijercic, 2023; Wahyudi *et al.*, 2024).

Fenomena penurunan rentang perhatian juga semakin diperburuk dengan tingginya tingkat penggunaan teknologi digital, khususnya di kalangan remaja. Menurut laporan yang dipublikasikan oleh Google pada tahun 2024, jumlah ponsel aktif yang terkoneksi dengan internet di Indonesia mencapai 354 juta perangkat, yang menunjukkan penetrasi teknologi yang sangat tinggi di kalangan masyarakat. Jika angka ini dibandingkan dengan data demografis Indonesia, yang mencatatkan sekitar 23,18% dari total populasi berusia antara 16-30 tahun, dapat disimpulkan bahwa remaja Indonesia adalah kelompok usia yang paling banyak terpapar oleh penggunaan gadget dan media sosial. Dalam konteks ini, penggunaan internet yang intensif, disertai dengan konsumsi konten media sosial dalam jumlah besar, menjadi faktor utama yang berkontribusi terhadap penurunan rentang perhatian di kalangan remaja. Terlebih lagi, dengan maraknya platform media sosial berbasis video pendek seperti TikTok, Instagram *Reels*, dan YouTube *Shorts*, remaja cenderung lebih memilih untuk mengkonsumsi informasi secara cepat dan instan, yang pada gilirannya semakin memperburuk kesulitan dalam fokus pada tugas-tugas yang membutuhkan perhatian lebih lama dan lebih mendalam (Bradbury, 2016; Carolin *et al.*, 2023; Sijercic, 2023).

Dampak dari penurunan rentang perhatian ini sangat nyata dan bisa mempengaruhi banyak aspek kehidupan remaja. Salah satu dampaknya yang paling signifikan adalah terhadap proses pembelajaran. Remaja yang terbiasa dengan media sosial yang menawarkan konten singkat dan menarik cenderung merasa bosan atau kehilangan minat ketika harus mengerjakan tugas-tugas yang lebih panjang dan kompleks, seperti membaca buku teks atau menulis esai. Hal ini berisiko menghambat kemampuan untuk memproses informasi secara mendalam dan menyelesaikan pekerjaan akademis dengan kualitas yang baik. Selain itu, penurunan rentang perhatian juga dapat mengganggu kemampuan untuk berpikir kritis, karena lebih sering terpapar oleh informasi yang tidak terstruktur dan tidak memerlukan analisis mendalam. Konsumsi konten yang terus-menerus tanpa evaluasi atau pengecekan lebih lanjut memperburuk kecenderungan untuk menerima informasi secara mentah-mentah, yang dapat memperburuk penyebaran misinformasi dan hoax di kalangan masyarakat, terutama di kalangan remaja yang lebih rentan terhadap pengaruh media sosial (Fillmore, 2015; Sijercic, 2023).

Meskipun teknologi dan media sosial menawarkan berbagai keuntungan dalam hal akses informasi dan hiburan, dampak negatif terhadap rentang perhatian remaja tidak bisa diabaikan. Penurunan kemampuan untuk fokus dan berkonsentrasi pada tugas-tugas yang membutuhkan waktu dan usaha yang lebih lama dapat menghambat perkembangan kognitif remaja, yang pada gilirannya mempengaruhi kualitas pembelajaran dan interaksi sosial. Oleh karena itu, penting untuk memahami dan mengelola pengaruh media sosial terhadap kemampuan kognitif remaja dengan cara yang lebih bijak, serta melakukan upaya untuk mengedukasi remaja mengenai pentingnya mengatur waktu penggunaan gadget agar dampak negatif terhadap rentang perhatian dapat diminimalisir (Fillmore, 2015).

Short-form Video

Short-form video atau video berdurasi pendek merupakan format konten yang telah berkembang pesat dalam beberapa tahun terakhir. Video ini memiliki durasi yang bervariasi, namun umumnya berkisar antara 15-60 detik. Durasi video pendek ini sangat bergantung pada kebijakan masing-masing platform media sosial. Misalnya, aplikasi TikTok memungkinkan pengguna untuk membuat video dengan durasi maksimal tiga menit, sementara Instagram *Reels* memberikan batasan durasi hingga 60 detik. Sementara itu, YouTube *Shorts* lebih membatasi durasi dengan hanya 15 detik per video. Keberagaman durasi ini menunjukkan

bagaimana berbagai *platform* menyesuaikan fiturnya untuk memenuhi preferensi pengguna yang ingin mengonsumsi informasi dengan cepat dan praktis. Format video pendek ini memungkinkan penyajian informasi yang padat, jelas, dan langsung pada intinya, menjadikannya sangat efektif untuk menarik perhatian audiens yang cenderung memiliki rentang perhatian yang lebih pendek (Apasrawirote *et al.*, 2022; Wang, 2020).

Daya tarik utama dari konten video pendek terletak pada kemampuannya untuk mengompres suatu informasi menjadi sangat singkat dan mudah dipahami dalam waktu yang terbatas. Fenomena ini sangat relevan dengan karakteristik perilaku remaja masa kini, yang tumbuh besar di era digital dan terbiasa mengakses informasi dengan cepat. Konten video pendek memenuhi kebutuhan ini dengan mengedepankan visual yang menarik, narasi yang cepat, dan durasi yang singkat, membuatnya lebih mudah untuk dikonsumsi dan diingat. Hal ini menjadikan konten video pendek sangat ideal untuk menjangkau audiens muda yang cenderung mencari hiburan dan informasi secara instan. Namun, meskipun terdapat keuntungan dalam hal kemudahan akses dan kecepatan informasi, dampak jangka panjang dari konsumsi video pendek ini dapat berisiko, terutama terhadap perkembangan kognitif dan literasi individu (Apasrawirote *et al.*, 2022).

Salah satu dampak utama dari konsumsi video pendek yang berlebihan adalah penurunan tingkat literasi kritis di kalangan individu, khususnya remaja. Ketika informasi disajikan dalam format yang terlalu singkat dan cepat, audiens cenderung hanya menerima informasi tersebut tanpa melakukan verifikasi lebih lanjut. Hal ini dapat menyebabkan penurunan kemampuan individu untuk berpikir kritis dan menganalisis informasi secara mendalam. Pada saat yang sama, kebiasaan mengonsumsi informasi secara cepat juga dapat membuat individu lebih rentan terhadap misinformasi dan hoax, karena pengguna tidak didorong untuk melakukan penelitian atau pengecekan fakta sebelum menerima informasi tersebut sebagai kebenaran. Praktik ini telah dimanfaatkan oleh sejumlah kreator konten yang tidak bertanggung jawab untuk menyebarkan informasi yang menyesatkan, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi persepsi publik, terutama dalam konteks isu-isu sosial dan politik yang sensitif. Seiring dengan semakin tersebarnya informasi yang tidak diverifikasi dengan baik, semakin besar pula dampaknya terhadap pola pikir dan sikap masyarakat terhadap berbagai masalah (Apasrawirote *et al.*, 2022; Liu *et al.*, 2023; Wang, 2020).

Di sisi lain, video pendek juga telah menjadi salah satu alat utama dalam dunia pemasaran, baik di sektor ekonomi, sosial, maupun politik. Dalam dunia pemasaran, video pendek digunakan sebagai strategi untuk menjangkau audiens yang lebih luas dengan cara yang lebih efisien dan menarik. *Platform* seperti TikTok dan Instagram *Reels* telah membuka peluang baru bagi para pemasar untuk mempromosikan produk atau layanan dengan cara yang lebih interaktif dan kreatif. Di sisi politik, video pendek digunakan untuk kampanye politik, seperti yang terlihat pada Pemilu 2024, di mana para calon legislatif dan pejabat negara memanfaatkan *platform-platform* ini untuk menyampaikan pesan kepada publik dengan cara yang lebih dekat dan personal. Efektivitas video pendek dalam menjangkau audiens yang luas dan cepat ini tentu memberikan dampak besar. Di sisi lain, *platform-platform* ini juga menambah tantangan dalam mengatur kualitas informasi yang disebarkan, mengingat audiens yang mudah terpapar oleh berbagai konten tanpa memeriksa kebenarannya terlebih dahulu (Liu *et al.*, 2023; Wang, 2020).

Dalam konteks sosial, pengaruh konten video pendek terhadap rentang perhatian atau *attention span* juga memiliki dampak yang signifikan. Ketergantungan pada konsumsi video pendek secara terus-menerus dapat mengurangi kemampuan individu untuk mempertahankan perhatian dalam jangka waktu yang lama, yang sangat diperlukan dalam berbagai aktivitas kognitif, seperti belajar atau berinteraksi dalam situasi sosial yang lebih kompleks. Remaja yang terbiasa dengan video pendek mungkin akan mengalami kesulitan untuk fokus pada tugas-tugas yang membutuhkan konsentrasi tinggi atau pemrosesan informasi yang lebih mendalam. Hal ini mengindikasikan terganggunya produktivitas dan kemampuan untuk fokus, yang pada gilirannya berdampak pada kualitas pembelajaran dan keterlibatan dalam aktivitas sosial yang lebih bermakna. Ketidakmampuan untuk mempertahankan perhatian pada hal-hal yang lebih mendalam dapat mengarah pada hilangnya kesadaran terhadap realitas, yang semakin memperburuk kualitas interaksi sosial dengan dunia sekitar. Dalam jangka panjang, fenomena ini

berpotensi merugikan perkembangan kognitif dan emosional remaja, karena cenderung lebih fokus pada stimulus yang cepat dan mudah daripada pada hal-hal yang membutuhkan usaha dan perhatian lebih (Apasrawirote *et al.*, 2022; Wang, 2020).

Secara keseluruhan, meskipun video pendek memberikan banyak keuntungan dalam hal efisiensi dan daya tarik visual, dampak jangka panjang dari konsumsi konten tersebut terhadap perkembangan kognitif dan kemampuan sosial individu, khususnya di kalangan remaja, harus menjadi perhatian utama. Kebiasaan mengonsumsi informasi secara instan dapat menurunkan kemampuan kritis dan konsentrasi, sehingga menghambat pembelajaran yang mendalam dan interaksi sosial yang bermakna. Oleh karena itu, perlu ada upaya untuk mengedukasi remaja mengenai pentingnya memilih konten dengan bijak dan mengatur waktu penggunaan media sosial agar dapat meminimalkan dampak negatif terhadap perkembangan kognitif, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya verifikasi informasi yang diterima.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi fenomenologi untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai fenomena yang diteliti, yaitu pengaruh *video short* terhadap *attention span* mahasiswa dalam konteks pembelajaran. Pendekatan fenomenologi dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif individu, proses sosial, serta interaksi dalam kehidupan sehari-hari, yang memungkinkan pemahaman lebih komprehensif mengenai bagaimana video pendek mempengaruhi perhatian mahasiswa.

Dalam pengumpulan data, digunakan tiga teknik utama, yaitu wawancara mendalam (*in-depth interview*), observasi partisipatif, dan studi dokumentasi. Wawancara semi-terstruktur dilakukan untuk menggali persepsi dan pengalaman partisipan terkait pengaruh video pendek terhadap *attention span* mahasiswa, serta untuk memahami konteks yang lebih luas dalam kehidupan sehari-hari yang dapat mempengaruhi pola perhatian mahasiswa saat belajar. Observasi partisipatif dilakukan untuk mengamati langsung perilaku mahasiswa dalam lingkungan pembelajaran, mencatat tanda-tanda kehilangan fokus dan pola perhatian selama kegiatan belajar. Selain itu, studi dokumentasi dilakukan untuk memperoleh data tambahan mengenai durasi penggunaan media sosial, jenis konten video pendek yang sering diakses, serta kaitannya dengan hasil belajar mahasiswa. Setelah data terkumpul, analisis dilakukan dengan menggunakan model analisis data dari Miles dan Huberman yang terdiri dari empat tahap utama, yaitu *data collection*, *data condensations*, *data display*, dan *data conclusion drawing or verification*. Proses ini memungkinkan peneliti untuk mereduksi data, menyajikan data dalam bentuk yang lebih terstruktur, dan menarik kesimpulan yang valid mengenai pengaruh video pendek terhadap *attention span* mahasiswa.

Subjek penelitian ini terdiri dari mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) Universitas Jenderal Soedirman (Unsoed), yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa yang sering mengakses dan menonton video pendek di *platform* seperti TikTok, Instagram *Reels*, atau YouTube *Shorts* sebagai bagian dari kegiatan sehari-hari mahasiswa. Penelitian ini melibatkan 10-15 mahasiswa dari berbagai jurusan di FISIP untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai fenomena ini dalam konteks pembelajaran. Durasi penelitian ini direncanakan berlangsung selama satu bulan, yang mencakup seluruh proses pengumpulan data, analisis, serta penyusunan laporan hasil penelitian (Ahmad & Muslimah, 2021; Amane *et al.*, 2023; Rijali, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Identifikasi Kondisi Eksisting

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) Universitas Jenderal Soedirman (Unsoed) yang didirikan pada tahun 1993, saat ini telah berkembang pesat dan menjadi salah satu fakultas terkemuka di Universitas Jenderal Soedirman. FISIP Unsoed memiliki lima program studi sarjana,

yaitu Sosiologi, Administrasi Publik, Ilmu Komunikasi, Ilmu Politik, dan Hubungan Internasional tiga program pascasarjana yang meliputi Magister Sosiologi, Magister Administrasi Publik, dan Magister Ilmu Komunikasi, serta satu program doktor, yaitu Doktor Administrasi Publik. Sebagian besar program studi di FISIP Unsoed telah meraih akreditasi "Unggul" yang mencerminkan kualitas pendidikan dan penelitian yang tinggi. FISIP Unsoed berkomitmen untuk terus mengembangkan kualitas akademik, dengan berbagai upaya yang dilakukan untuk meningkatkan fasilitas dan infrastruktur pendukung perkuliahan (Kemahasiswaan FISIP Unsoed, 2024).

Sejak awal berdirinya hingga tahun 2024, FISIP Unsoed telah mengalami peningkatan signifikan dalam jumlah mahasiswa. Pada tahun 2022 tercatat sebanyak 580 mahasiswa, sementara pada tahun 2023 jumlahnya meningkat menjadi 760 mahasiswa, dan pada tahun 2024 mencapai 2.219 mahasiswa (Kemahasiswaan FISIP Unsoed, 2024). Pertumbuhan jumlah mahasiswa yang pesat ini menunjukkan bahwa FISIP Unsoed semakin diminati oleh calon mahasiswa, yang sebagian besar berasal dari berbagai daerah di Indonesia. FISIP Unsoed juga menjadi pilihan utama bagi mahasiswa yang ingin mendalami berbagai disiplin ilmu sosial dan politik.

Meskipun jumlah mahasiswa terus bertambah, tantangan baru muncul dalam dunia perkuliahan, terutama terkait dengan perubahan pola perilaku mahasiswa dalam mengakses informasi. Salah satu fenomena yang cukup mencolok adalah tingginya frekuensi mahasiswa dalam mengakses konten video pendek melalui *platform* media sosial seperti TikTok, Instagram *Reels*, dan YouTube *Shorts*. Video pendek (*Video Short*) yang sering kali berdurasi kurang dari satu menit, semakin mendominasi kegiatan mahasiswa di luar jam kuliah (Carolyn *et al.*, 2023). Berdasarkan hasil wawancara bersama dengan para mahasiswa dari berbagai jurusan yang ada di FISIP Unsoed, sebagian besar mahasiswa di FISIP Unsoed menghabiskan waktu lebih dari satu jam per hari untuk menonton video pendek, yang sebagian besar berisi hiburan atau konten ringan lainnya.

Penggunaan video pendek ini menimbulkan pertanyaan terkait dampaknya terhadap perhatian dan konsentrasi mahasiswa dalam proses pembelajaran. Penelitian dari Ramadhan *et al.*, (2024) mengidentifikasi bahwa durasi penggunaan media sosial yang lama dan jenis konten yang dikonsumsi dapat menurunkan kemampuan konsentrasi mahasiswa. Penelitian dari Malimbe *et al.*, (2021) mengidentifikasi dua dampak utama penggunaan aplikasi TikTok di kalangan mahasiswa. Dampak positifnya mencakup peningkatan pengetahuan dan pengalaman baru yang diperoleh melalui konten yang tersedia. Namun, dampak negatif yang signifikan meliputi kecenderungan mahasiswa untuk kehilangan rasa waktu, menjadi kecanduan, dan mengabaikan kesehatan. Oleh karena itu, konsumsi media sosial khususnya video pendek, dapat mempengaruhi *attention span* individu, menyebabkan gangguan pada kemampuan mahasiswa untuk fokus dalam kegiatan yang memerlukan konsentrasi lebih tinggi, seperti perkuliahan. Mahasiswa yang terbiasa dengan *ritme* cepat dan informasi yang disajikan dalam format yang sangat ringkas mungkin mengalami kesulitan untuk fokus selama perkuliahan yang lebih panjang dan membutuhkan konsentrasi lebih.

Dampak *Video Short* Terhadap Fokus Pembelajaran Mahasiswa FISIP UNSOED

Mahasiswa FISIP Unsoed merupakan kelompok yang aktif dalam mengikuti perkembangan media sosial dan konsumsi konten digital. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Jenderal Soedirman (FISIP Unsoed), dapat disimpulkan bahwa konsumsi video pendek yang banyak tersedia di platform media sosial seperti TikTok, Instagram *Reels*, dan YouTube *Shorts* memiliki pengaruh signifikan terhadap fokus dan perhatian mahasiswa dalam kegiatan pembelajaran. Temuan ini diperoleh melalui wawancara mendalam dan observasi langsung yang dilakukan pada sejumlah mahasiswa yang aktif mengakses video-video pendek. Mayoritas narasumber menunjukkan adanya ketertarikan yang tinggi terhadap konten-konten tersebut, yang menawarkan hiburan cepat dan menarik, namun juga mengindikasikan adanya dampak negatif dalam konteks perhatian terhadap materi kuliah. Hal ini berdasarkan wawancara bersama mahasiswa FISIP Unsoed:

"Saya sering menonton video pendek di media sosial, terutama saat istirahat atau setelah kuliah. Terkadang saya merasa sulit untuk berhenti menonton, bahkan ketika saya tahu saya seharusnya fokus belajar. Durasi yang singkat memang membuat saya berpikir kalau itu nggak masalah, tapi setelah beberapa video, saya baru sadar kalau sudah lama banget nggak belajar dan jadi susah konsentrasi lagi. Saya merasa video-video itu mengganggu fokus saya, karena semakin sering saya menonton, semakin mudah tergoda untuk terus melakukannya dan akhirnya mengabaikan tugas atau kuliah" - Mahasiswa FISIP Unsoed.

Durasi menonton video pendek yang cukup lama menjadi salah satu faktor yang berpotensi mengalihkan perhatian mahasiswa dari fokus pada pembelajaran (Carolin *et al.*, 2023). mahasiswa mengungkapkan bahwa seringkali merasa kesulitan untuk menghentikan aktivitas menonton, meskipun waktu yang seharusnya alokasikan untuk belajar sudah berlalu. Aktivitas menonton yang berlangsung lebih lama dari yang direncanakan. Hal ini menunjukkan adanya potensi gangguan yang berulang, di mana mahasiswa lebih memilih untuk melanjutkan menonton video-video tersebut daripada kembali fokus pada tugas-tugas akademiknya. Selain itu, jenis konten video yang disuguhkan cenderung bersifat ringan dan mudah dicerna, namun sering kali tidak memberikan kontribusi positif terhadap pembelajaran atau pengembangan pengetahuan. Alih-alih memberikan nilai tambah dalam pembelajaran, konten-konten tersebut justru mengarah pada pemborosan waktu dan pengurangan kapasitas konsentrasi mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan.

Pada aspek lain, peneliti menyoroti bahwa faktor durasi dan frekuensi konsumsi video pendek turut memainkan peran besar dalam menurunnya rentang perhatian mahasiswa. Sebagian besar responden menyatakan bahwa semakin sering mengakses video pendek, semakin besar kemungkinan merasa terganggu dalam menjalankan tugas-tugas akademik. Hal ini terkait dengan kebiasaan menonton yang berulang-ulang, yang menyebabkan terjadinya perubahan dalam pola perhatian para mahasiswa. Penurunan kemampuan untuk memusatkan perhatian dalam jangka waktu yang lama, serta ketidakmampuan untuk memfokuskan diri pada materi kuliah, menjadi salah satu dampak yang muncul. Dengan meningkatnya durasi menonton, mahasiswa semakin rentan terhadap gangguan dalam konsentrasi, sehingga menjadi kurang terlibat dalam pembelajaran dan kehilangan kesempatan untuk mendapatkan informasi yang lebih mendalam dari sesi kuliah.

Penurunan konsentrasi ini pada gilirannya dapat berdampak pada kualitas hasil belajar mahasiswa. Berdasarkan temuan yang ada, ada indikasi bahwa mahasiswa yang terpapar secara intensif pada konten video pendek cenderung memiliki hasil akademik yang lebih rendah, meskipun faktor-faktor lain juga mempengaruhi. Penurunan daya konsentrasi ini juga dapat mempengaruhi tingkat pemahaman mahasiswa terhadap materi yang diajarkan dalam perkuliahan, yang pada akhirnya berdampak pada pencapaian akademik. Hal ini menjadi perhatian bagi pihak universitas, yang perlu memperhatikan pentingnya keseimbangan antara hiburan dan kegiatan akademik dalam kehidupan mahasiswa. Hal ini berdasarkan wawancara bersama mahasiswa FISIP Unsoed:

"Semakin sering nonton video pendek, saya merasa semakin sulit fokus saat belajar. Durasi yang lama bikin saya jadi teralihkan, dan akhirnya susah berkonsentrasi pada materi kuliah atau tugas" - Mahasiswa FISIP Unsoed.

Dalam perspektif administrasi publik, temuan ini dapat dikaitkan dengan konsep manajemen sumber daya manusia (SDM) dan kebijakan publik, yang berfokus pada peran institusi pendidikan dalam menciptakan kebijakan yang mendukung produktivitas dan kesejahteraan mahasiswa. Dalam konteks ini, perguruan tinggi harus berperan aktif dalam merumuskan kebijakan yang tidak hanya memfasilitasi akses terhadap teknologi digital tetapi juga mengatur bagaimana mahasiswa dapat memanfaatkan teknologi tersebut secara efisien tanpa mengorbankan fokus dan kualitas pembelajaran (Marayasa *et al.*, 2022). Kebijakan yang berorientasi pada pengelolaan waktu dan pengaturan penggunaan media sosial dalam kegiatan akademik, melalui pelatihan manajemen waktu dan peningkatan kesadaran tentang dampak penggunaan media digital yang berlebihan, menjadi aspek yang penting dalam membangun lingkungan belajar yang lebih produktif dan berkelanjutan.

Dampak negatif dari konsumsi video pendek tidak hanya terbatas pada aspek konsentrasi, tetapi juga pada kesejahteraan mental mahasiswa. Pengaruh jangka panjang dari kebiasaan mengonsumsi video pendek dalam waktu yang lama dapat berkontribusi pada stres, kecemasan, dan gangguan mental lainnya, yang pada akhirnya akan memperburuk kualitas hidup mahasiswa. Oleh karena itu, universitas juga perlu memperhatikan kesejahteraan mental mahasiswa, dengan menyediakan dukungan psikologis dan strategi pengelolaan media sosial yang sehat untuk mengurangi dampak negatif tersebut. Hal ini berdasarkan wawancara bersama mahasiswa FISIP Unsoed:

"Menurut saya, dampak dari seringnya nonton video pendek itu bukan cuma bikin kita susah fokus di kuliah, tapi juga pengaruh ke mental kita. Misalnya, kadang saya merasa lebih cemas dan stres, terutama kalau udah kebanyakan nonton dan gak bisa kontrol waktu. Itu nggak cuma bikin saya susah belajar, tapi juga bikin mood saya jadi turun. Kalau universitas bisa kasih dukungan lebih, kayak konseling atau tips buat manajemen waktu yang lebih sehat, itu bisa banget bantu kami buat lebih bijak dalam menggunakan media sosial dan tetap jaga keseimbangan mental" - Mahasiswa FISIP Unsoed.

Oleh karena itu, diperlukan adanya kebijakan yang dapat menyeimbangkan penggunaan media sosial dengan kegiatan akademik, sehingga mahasiswa dapat memanfaatkan teknologi secara optimal tanpa mengorbankan kualitas pembelajaran. Sebagai upaya untuk mendukung fokus belajar mahasiswa, perguruan tinggi perlu mengembangkan pendekatan yang lebih inklusif dan mendidik tentang penggunaan media sosial yang bertanggung jawab, yang tidak hanya memperhatikan sisi hiburan, tetapi juga dampaknya terhadap performa akademik dan kesejahteraan mental mahasiswa.

Persepsi Mahasiswa Terhadap Penggunaan Video Short dalam Pembelajaran di Kampus

Persepsi mahasiswa terhadap penggunaan video pendek dalam pembelajaran di kampus menunjukkan pandangan yang sangat kompleks dan melibatkan berbagai aspek, baik yang positif maupun negatif. Mahasiswa pada umumnya mengakui bahwa video pendek sebagai salah satu bentuk media digital yang mudah diakses dan disebarluaskan melalui platform seperti TikTok, Instagram, dan YouTube, memiliki potensi yang sangat besar dalam memperkaya proses pembelajaran. Dalam konteks ini, video pendek dianggap sebagai media yang efektif untuk menyampaikan informasi secara ringkas dan padat. Durasinya yang singkat memungkinkan mahasiswa untuk mengakses konten dengan cara yang efisien. Sering kali video-video tersebut menggabungkan unsur hiburan yang membuatnya lebih menarik. Oleh karena itu, mahasiswa menyadari manfaat dari penggunaan video pendek sebagai alat bantu dalam memperluas wawasan, memperoleh pengetahuan baru, serta memvisualisasikan konsep-konsep yang sulit dipahami dalam konteks pembelajaran.

Meskipun mahasiswa mengakui adanya manfaat dari video pendek, hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan video pendek juga memunculkan dampak negatif yang cukup signifikan, terutama terkait dengan konsentrasi dan fokus dalam proses pembelajaran. Sebagian besar mahasiswa menyatakan bahwa semakin sering mengakses video pendek, semakin sulit untuk mempertahankan perhatian dalam jangka waktu yang lama, terutama saat terlibat dalam aktivitas akademik yang membutuhkan konsentrasi mendalam, seperti membaca literatur atau mengikuti kuliah yang panjang. Video pendek cenderung disajikan dalam format yang sangat dinamis dan cepat, dengan transisi yang cepat antara berbagai jenis konten. Hal ini dapat menciptakan kebiasaan mental yang berfokus pada stimulasi cepat dan dapat mengurangi kemampuan mahasiswa untuk terlibat dalam aktivitas yang memerlukan fokus berkelanjutan. Beberapa mahasiswa bahkan mengungkapkan bahwa kebiasaan menonton video pendek ini telah mengarah pada penurunan kapasitas dalam mengelola waktu belajar secara efektif, sehingga berdampak negatif pada hasil akademik.

Fenomena ini dapat dijelaskan dalam kerangka teori administrasi publik yang menekankan pada pentingnya pengelolaan sumber daya manusia. Mahasiswa menjadi bagian dari sistem pendidikan tinggi, memiliki tanggung jawab besar dalam merumuskan kebijakan yang seimbang antara penggunaan teknologi digital yang menguntungkan dan pengelolaan konsentrasi serta

waktu mahasiswa dalam kegiatan akademik. Dalam hal ini, dapat memanfaatkan prinsip-prinsip pengelolaan waktu, pengaturan sumber daya, dan pengawasan yang efektif untuk mengurangi potensi dampak negatif dari penggunaan media sosial, terutama video pendek, yang dapat mengganggu fokus akademik mahasiswa.

Kebijakan yang dapat diterapkan oleh perguruan tinggi seharusnya mencakup pengaturan penggunaan perangkat digital dalam konteks pembelajaran. Hal ini dapat berupa pengaturan waktu penggunaan media sosial dan *platform* berbagi video, yang memungkinkan mahasiswa untuk memanfaatkan teknologi secara produktif tanpa mengorbankan kualitas pembelajaran. Perguruan tinggi perlu merancang kebijakan yang dapat membatasi durasi waktu yang dihabiskan oleh mahasiswa dalam mengkonsumsi konten yang tidak relevan dengan pendidikan, serta memberikan pedoman yang jelas tentang bagaimana mahasiswa bisa mengelola konsumsi media sosial secara bijak. Salah satu langkah strategis yang dapat dilakukan adalah dengan memasukkan pelatihan manajemen waktu dan penggunaan media sosial yang sehat sebagai bagian dari kurikulum pengembangan keterampilan mahasiswa, sehingga memiliki keterampilan yang diperlukan untuk menjaga keseimbangan antara konsumsi media sosial dan fokus pada kegiatan akademik.

Perhatian terhadap kesejahteraan mental mahasiswa juga sangat penting. Seiring dengan peningkatan konsumsi media sosial yang berlebihan, mahasiswa dapat mengalami gangguan mental, seperti stres, kecemasan, atau kecanduan media sosial, yang mempengaruhi kesehatan psikologis. Dampak psikologis ini pada akhirnya dapat memperburuk kualitas hidup mahasiswa secara keseluruhan, termasuk dalam konteks akademik. Oleh karena itu, universitas perlu memperhatikan aspek kesejahteraan mental mahasiswa dengan menyediakan layanan dukungan psikologis yang komprehensif dan mengintegrasikan program-program yang membantu mahasiswa mengelola stres serta menghindari kecanduan media sosial. Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan adalah dengan menyediakan workshop atau seminar tentang manajemen kesehatan mental yang melibatkan pengelolaan kecanduan media sosial dan pentingnya *mindfulness* serta teknik relaksasi untuk membantu mahasiswa mengelola konsentrasi dan perhatian.

Pengembangan kebijakan yang berbasis bukti, di mana hasil-hasil penelitian seperti ini dapat digunakan untuk merumuskan kebijakan yang lebih adaptif terhadap kebutuhan mahasiswa dan perkembangan teknologi digital. Perguruan tinggi sebagai bagian dari sektor publik harus mampu merespons dengan cepat perubahan dalam pola konsumsi teknologi yang mempengaruhi proses pendidikan, serta berperan dalam memberikan arahan dan dukungan yang dibutuhkan untuk menciptakan lingkungan akademik yang seimbang antara teknologi dan fokus belajar. Kebijakan semacam ini juga dapat dilengkapi dengan program-program pendidikan yang mengajarkan pentingnya literasi digital, yang membantu mahasiswa untuk lebih bijak dalam memilih dan memanfaatkan teknologi untuk tujuan pembelajaran, tanpa terjebak dalam dampak negatif yang dapat merusak konsentrasi dan kesejahteraan mental.

Dalam rangka menciptakan sistem pendidikan yang responsif terhadap tantangan zaman, perguruan tinggi perlu mengintegrasikan prinsip-prinsip pengelolaan administrasi publik yang tidak hanya mengutamakan pengelolaan teknologi, tetapi juga mendukung pengelolaan waktu, sumber daya manusia, serta kesejahteraan mental mahasiswa. Implementasi kebijakan yang berbasis pada prinsip-prinsip administrasi publik yang baik akan memastikan bahwa mahasiswa dapat memperoleh manfaat maksimal dari penggunaan teknologi digital, seperti video pendek, tanpa mengorbankan kualitas proses pembelajaran dan kesehatan mental, yang pada akhirnya akan meningkatkan kualitas pendidikan di perguruan tinggi secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil mengidentifikasi bahwa konsumsi video pendek di media sosial memiliki dampak signifikan terhadap rentang perhatian mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) Universitas Jenderal Soedirman (Unsoed). Media sosial seperti TikTok, Instagram Reels, dan YouTube Shorts, dengan format video singkat yang dirancang untuk konsumsi cepat

dan menarik, telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan mahasiswa. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pola konsumsi video pendek secara signifikan memengaruhi kemampuan mahasiswa untuk mempertahankan perhatian dalam jangka waktu yang panjang, terutama dalam menyelesaikan tugas akademik yang membutuhkan konsentrasi tinggi dan pemrosesan informasi yang mendalam.

Karakteristik utama platform video pendek—aksesibilitas mudah, fokus pada hiburan, dan desain untuk menarik perhatian secara instan—sering kali mendorong pola multitasking yang tidak efisien. Hal ini mengakibatkan penurunan kapasitas kognitif mahasiswa untuk memahami dan menganalisis informasi yang kompleks. Dalam konteks kebijakan publik, temuan ini menggarisbawahi pentingnya peran pemerintah dan institusi pendidikan tinggi dalam mengelola tantangan yang muncul akibat transformasi digital. Pemerintah perlu merumuskan kebijakan yang tidak hanya mempromosikan literasi digital di kalangan mahasiswa, tetapi juga menciptakan kerangka kerja untuk mengurangi dampak negatif teknologi terhadap kualitas pembelajaran.

Literasi digital harus mencakup pemahaman tentang bagaimana konsumsi media yang berlebihan dapat memengaruhi fungsi kognitif serta cara mengelola penggunaan media sosial secara bijak. Rekomendasi kebijakan mencakup pengintegrasian program literasi digital dalam kurikulum pendidikan tinggi sebagai langkah strategis untuk meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap dampak penggunaan media sosial. Selain itu, pemerintah dapat bekerja sama dengan institusi pendidikan untuk merancang pedoman pembelajaran berbasis teknologi yang mendukung pola perhatian jangka panjang. Materi ajar dapat disesuaikan dengan format yang lebih relevan dengan preferensi mahasiswa tanpa mengorbankan kualitas dan kedalaman informasi, sehingga media digital dapat dimanfaatkan sebagai alat untuk memperkuat kapasitas intelektual, bukan sekadar sebagai sarana hiburan.

Penelitian ini juga mendorong adanya kebijakan yang mendukung pelatihan tenaga pendidik dalam merancang strategi pembelajaran yang interaktif dan adaptif terhadap perubahan pola perhatian mahasiswa. Pendekatan inovatif, seperti gamifikasi atau penggunaan konten video pendek dalam pembelajaran, dapat menjadi solusi untuk meningkatkan keterlibatan mahasiswa tanpa mengurangi substansi akademik. Program ini harus diimbangi dengan kebijakan kampus yang mempromosikan lingkungan belajar yang kondusif, termasuk penyediaan fasilitas yang mendukung fokus dan konsentrasi mahasiswa.

Advokasi kebijakan publik di tingkat nasional harus mempertimbangkan pentingnya kolaborasi lintas sektor, termasuk dengan penyedia platform media sosial, untuk mempromosikan konten yang mendukung pendidikan dan pengembangan keterampilan. Penyedia platform dapat didorong untuk mengadopsi kebijakan tanggung jawab sosial, seperti memprioritaskan distribusi konten edukatif atau menyediakan fitur yang membantu pengguna mengelola waktu penggunaan aplikasi.

Penelitian ini juga menekankan pentingnya studi lebih lanjut untuk memahami dampak transformasi digital terhadap aspek lain dalam pendidikan, seperti pembangunan kapasitas kritis, pengambilan keputusan, dan kesiapan mahasiswa menghadapi tantangan global. Dengan pendekatan berbasis bukti dan kebijakan yang proaktif, fenomena konsumsi video pendek dapat dimanfaatkan untuk mendukung peningkatan kualitas pendidikan dan pembangunan sumber daya manusia yang berdaya saing di era digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, & Muslimah. (2021). Memahami Teknik Pengolahan dan Analisis Data Kualitatif. *Proceedings*, 1(1), 173–186.
- Amane, A. P. O., Kertati, I., Hastuti, D., Shodiq, L. J., & Ridho'i, M. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif: Perspektif bidang ilmu Sosial* (Efitra & Sepriano (eds.); Edisi Pertama). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

- Anisah, N., Sartika, M., & Kurniawan, H. (2021). Penggunaan Media Sosial Instagram dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Pada Mahasiswa. *Jurnal Peurawi: Media Kajian Komunikasi Islam*, 4(2), 94. <https://doi.org/10.22373/jp.v4i2.11080>
- Apasrawirote, D., Yawised, K., Chatrangsang, M., & Muneesawang, P. (2022). Short-form Video Content (SVC) Engagement and Marketing Capabilities. *Asian Journal of Business and Accounting*, 15(2), 221–246. <https://doi.org/10.22452/ajba.vol15no2.8>
- Arifin, A. S. (2023). Human Capital Investment: Meningkatkan Daya Saing Global Melalui Investasi Pendidikan. *Jurnal Education and Development*, 11(2), 174–179. <https://doi.org/10.37081/ed.v11i2.4672>
- Bapada Pusat Statistik. (2024). *Jumlah Penduduk Usia 15 Tahun ke Atas Menurut Golongan Umur*. BPS Indonesia. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/NzE1IzI=/jumlah-penduduk-usia-15-tahun-ke-atas-menurut-golongan-umur.html>
- Bradbury, N. A. (2016). Attention span during lectures: 8 seconds, 10 minutes, or more? *Advances in Physiology Education*, 40(4), 509–513. <https://doi.org/10.1152/advan.00109.2016>
- Cairney, P., & Oliver, K. (2017). Evidence-based policymaking is not like evidence-based medicine, so how far should you go to bridge the divide between evidence and policy? *Health Research Policy and Systems*, 15(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12961-017-0192-x>
- Carolyn, I., Victoria, G. D., Dina, S., & Nastain, M. (2023). Pengaruh Penggunaan New Media Tiktok Terhadap Pembentukan Konsep Diri Generasi Muda Indonesia 2022. *JKOMDIS: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial*, 3(1), 35–40. <https://doi.org/10.47233/jkomdis.v3i1.509>
- Fernando, R., & Hidayat, R. (2020). Hubungan Lama Penggunaan Media Sosial dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Tahun 2020. *Jurnal Ners*, 4(2), 84. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/1117>
- Fillmore, H. A. (2015). *The effect of daily internet usage on a short attention span and academic performance*.
- Harahap, S. A. R., & Syamsuri, M. U. A. (2021). Pembangunan Ekonomi Islam Melalui Peran Sumber Daya Manusia. *Al-Mustashfa: Jurnal Penelitian Hukum Ekonomi Syariah*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.24235/jm.v6i1.7305>
- Kemahasiswaan FISIP Unsoed. (2024). *Data Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial & Politik Universitas Jenderal Soedirman*.
- Khairiah. (2019). Evaluasi Program Tridarma Perguruan Tinggi dalam Pengembangan Sumberdaya Manusia Menuju World Class University Pada Institut Agama Islam Negeri Bengkulu. *Nuansa: Jurnal Studi Islam Dan Kemasyarakatan*, 12(1), 58–69. <https://doi.org/10.29300/nuansa.v12i1.2106>
- Kusnanto, Gudiato, C., Usman, Manggu, B., & Sumarni, M. S. (2024). *Transformasi Era Digitalisasi Masyarakat Kontemporer*.
- Leuwol, N. V., Wula, P., Marzuki, B. P. I., Brata, D. P. N., Masrul, M. Y. E., Sahri, Ahdiyat, M., Sari, I. N., Gusty, S., Nugraha, N. A., Bungin, E. R., Purba, B., & Anwar, A. F. (2020). Pengembangan Sumber Daya Manusia Perguruan Tinggi. In *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu*.
- Liu, Y., Chiu, D. K. W., & Ho, K. K. W. (2023). Short-Form Videos for Public Library Marketing: Performance Analytics of Douyin in China. *Applied Sciences (Switzerland)*, 13(6). <https://doi.org/10.3390/app13063386>

- Malimbe, A., Waani, F., & Suwu, E. A. A. (2021). Dampak Penggunaan Aplikasi Online Tiktok (Douyin) Terhadap Minat Belajar di Kalangan Mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal Ilmiah Society*, 1(1).
- Marayasa, I. N., Sugiarti, E., & Septiowati, R. (2022). Pengembangan Sumber Daya Manusia Menghadapi Tantangan Perubahan dan Meraih Kesuksesan. In *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Sains dan Humaniora* (Vol. 6, Issue 2).
- Oliver, K., Lorenc, T., & Innvær, S. (2014). New directions in evidence-based policy research: a critical analysis of the literature. *Routledge Handbook of Deradicalisation and Disengagement*, 11–25. <https://doi.org/10.4324/9781315387420-3>
- Ramadhan, D. F., Janarwiguna, D., Haq, Z., Karimi, A., & Rakhmawati, N. A. (2024). *Analisis Hasil Asesmen Pribadi Rentang Perhatian Mahasiswa Sistem Informasi ITSS Pengonsumsi Konten Video Pendek di Media Sosial*. June.
- Rijali, A. (2018). Analisis Data Kualitatif. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33), 81–95.
- Septiana, N. Z. (2021). Dampak Peggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Dan Kesejahteraan Sosial Remaja Dimasa Pandemi Covid-19. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 8(1), 1–13. <https://doi.org/10.29407/nor.v8i1.15632>
- Sijercic, A. (2023). *TikTok Effects on the Attention Span*. Digital Reflections. <https://medium.com/digital-reflections/tiktok-effect-on-attention-span-12211b0a06a1#:~:text=A recent study found that>
- Siregar, D. R. S., Ratnaningsih, S., & Nurochim, N. (2022). Pendidikan Sebagai Investasi Sumber Daya Manusia. *EDUNOMIA: Jurnal Ilmiah Pendidikan Ekonomi*, 3(1), 61–71. <https://doi.org/10.24127/edunomia.v3i1.3017>
- Wahyudi, R. A., Wibawa, F. A., & Fadhilah, M. H. (2024). Pengaruh Konten Short Video pada Kondisi Psikologis Manusia. *Pediaqu: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 15(1), 37–48.
- Wang, Y. (2020). Humor and camera view on mobile short-form video apps influence user experience and technology-adoption intent, an example of TikTok (DouYin). *Computers in Human Behavior*, 110(February). <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106373>